

RESUMO

Este estudo teve como objectivo avaliar as habilidades psicológicas e o traço de ansiedade competitiva em atletas de futebol, em dois momentos distintos, e de verificar a existência de diferenças entre os resultados das duas avaliações. Procurou também discriminar a influência da idade, dos anos de experiência, da percepção de rendimento em treino e em competição, da posição em campo, do tempo de treino, se alinhava na equipa inicial em mais de 50% dos jogos, sobre as diferentes dimensões das habilidades psicológicas e sobre o traço de ansiedade competitiva. A amostra foi constituída por 69 atletas, do género masculino, com idades compreendidas entre os 19 e os 33 anos, com uma média de idades de 24.20 ± 3.97 anos, que representavam 3 clubes da 3ª Divisão Nacional série C e 3 clubes da 3ª Divisão Nacional série F.

Recorreu-se a instrumentos de medidas multidimensionais, mais concretamente ao “Athletic Coping Skills Inventory – 28” (ASCI-28) e “Sport Anxiety Scale” (SAS).

Para a análise e tratamento estatísticos dos dados foi utilizado o programa “Statistical Package for Social Sciences” – SPSS para o Windows, versão 12.0.

Pelos resultados obtidos do estudo podemos constatar que a treinabilidade, a concentração, confiança e motivação para a realização e rendimento máximo sobre pressão, são as que apresentam melhores resultados em ambos os momentos de avaliação. Ao invés das dimensões formulação de objectivos e preparação mental e ausência de preocupações, onde os valores obtidos são os mais baixos em ambas as avaliações.

No que respeita ao traço de ansiedade competitiva, os resultados demonstram que os atletas são de um modo geral preocupados em competição, resultante sobretudo da sub-escala preocupação.

Os resultados do estudo evidenciam a existência de correlação negativa e significativa entre o traço de ansiedade competitiva com confronto com a adversidade, confiança e motivação para a realização, rendimento máximo sobre pressão, ausência de preocupações e recursos pessoais de confronto. Também observámos correlações significativas e negativas no traço de ansiedade competitiva e a idade, na sub-escala preocupação, significando que com o aumento da idade, os atletas tendem a apresentar uma menor frequência de pensamentos negativos no seu rendimento em competição. Observou-se também correlações entre a percepção de rendimento no treino e na

competição; os resultados indicaram não existir correlações nas habilidades psicológicas e os anos de experiência.

Os resultados também indicaram a inexistência de diferenças estatisticamente significativas entre os dois momentos de avaliação, relativos às variáveis psicológicas.

Verificámos ainda os atletas mais novos tendem a preocupar-se mais com erros ou falhas que possam cometer do que os atletas com 26 a 29 anos de idade.

No que concerne à posição em campo, os médios centros distinguem-se na quase totalidade nas dimensões das habilidades psicológicas.

Os resultados indicaram também que não existem diferenças estatisticamente significativas nas habilidades psicológicas e no traço de ansiedade competitiva nos atletas que alinham de início em mais de 50% dos jogos, entre as séries e entre as equipas.

ABSTRACT

The purpose of this study was to evaluate the psychological skills and competitive trait anxiety in football players, in to different moments, and verify the existence of differences in the results.

The sample was constituted by 69 athletes (male) with ages between 19 and 33 years old (M=24.20 years old) who represented 6 teams of 3^a National Division.

Two multidimensional instruments were used, namely “Athletic Coping Skills Inventory – 28” – ACSI, and “Sport Anxiety Scale” – SAS.

For the statistical analysis we used the program “ Statistical Package for Social Sciences” – SPSS 12,0 for windows.

According the results we can see that coachability, concentration, confidence and achievement motivation and peaking under pressure presented better results in both evaluation moments.

About the competitive trait anxiety, the results show us, that the athlete are general way concerned in competition, in the result of cognitive anxiety (worry).

The result of this study show us the existence of negative correlation between competitive trait anxiety and some psychological skills.

We also verify the existence of significant correlation between ages and cognitive anxiety (worry), and verify the no existence of correlation between psychological skills and years of practice.

The results show us no existence of significant differences between the two different evaluation moments.

We verify that the younger players presents higher levels of concerning.

About the players positions, the centre midfield presents higher levels of psychological skills.

There are no differences between psychological skills and competitive trait anxiety in athletes who started more than 50% of the matches, between series and between teams.

